

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی قزوین

دانشکده پرستاری و مامایی

پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد مشاوره در مامایی

عنوان پایان نامه

بررسی تاثیر مشاوره شناختی رفتاری گروهی بر افسردگی حین بارداری

استاد راهنما:

سرکار خانم دکتر زینت جورابیچی

اساتید مشاور:

سرکار خانم دکتر سونیا اویسی

جناب آقای دکتر محمد ابراهیم ساریچلو

نگارنده:

عاطفه صفرعلی نژاد

شهریور ماه ۱۳۹۶

چکیده

مقدمه: مشکلات روانشناختی یکی از چالش های جوامع مدرن است و مسائل مربوط به سلامت روان، بخصوص در سال های اخیر مورد توجه دست اندرکاران این حوزه قرار گرفته است. در میان اختلالات روانشناختی، افسردگی، چهارمین اختلال مهم از لحاظ بار بیماری به شمار می رود. با توجه به اینکه افسردگی می تواند در زمان بارداری ادامه و یا تشدید پیدا کند لذا این پژوهش با هدف، بررسی تاثیر درمان شناختی-رفتاری گروهی بر افسردگی حین بارداری انجام شده است.

درمان های سنتی برای افسردگی بالینی، اساساً شامل مداخله های روان درمانی و دارویی است. متأسفانه این روش ها در اکثر مواقع موثر نیستند و در برخی موارد، عوارض جانبی هم دارند. از میان روش های متنوع روان درمانی شامل درمان شناختی-رفتاری، درمان های برانگیختگی رفتاری و حل مساله، درمان زناشویی، درمان روان پویشی و درمان بین فردی. روان درمانی شناختی-رفتاری بر پایه نظریه بک، در سال های اخیر توجه بسیاری را در حوزه درمان بالینی و نیز در حوزه پژوهشی به خود جلب کرده است. به طوری که نتایج ۳۵۰ مطالعه انجام شده در این زمینه، نشان دهنده کارایی این شیوه درمانی در درمان اختلال های روان پزشکی مانند افسردگی، اختلال های اضطرابی و اختلال های شخصیت است.

همچنین با توجه به عوارض افسردگی حین بارداری بر پیامد بارداری، جنین و نوزاد و همچنین عوارض دارو درمانی در دوران بارداری و لزوم درمان مناسب روان شناختی پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر درمان شناختی رفتاری گروهی بر افسردگی حین بارداری انجام شد.

روش کار: جامعه آماری این کارآزمایی بالینی شامل زنان باردار ۱۲ تا ۲۲ هفته مراجعه کننده به مراکز سلامت شهر قزوین می باشد که برای اولین بار افسردگی در حد خفیف یا متوسط (بر اساس پرسشنامه افسردگی بک) برای آن ها تشخیص داده شده بود. تعداد ۶۰ نفر به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی به دو گروه ۳۰ نفری آزمون و شاهد تقسیم شدند. گروه آزمون به مدت ۶ هفته، هفته ای یک جلسه تحت درمان شناختی رفتاری گروهی بر اساس راهنمای مداخله مختصر برای افسردگی وزارت بهداشت قرار گرفت و گروه شاهد هیچ آموزشی دریافت نکرد. بلافاصله بعد از اتمام دوره و دو ماه بعد، مجدداً آزمون بک به عنوان پس آزمون در تمام افراد اجرا گردید. برای تحلیل داده ها از آمار توصیفی و آزمون تحلیل کوواریانس و مان ویتنی و نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ استفاده گردید.

یافته ها: هدف این پژوهش تعیین تاثیر مشاوره شناختی رفتاری گروهی بر افسردگی حین بارداری بود که یافته های پژوهش نشان دهنده تاثیر مثبت مشاوره شناختی رفتاری گروهی بر بهبود علائم افسردگی حین بارداری می باشد. نتایج تحلیل مان ویتنی نشان داد که تفاوت های معنی داری بین گروه آزمون و شاهد در مراحل پس آزمون ($P=0/001$ و $Z=-3/371$) و پیگیری ($P\leq 0/001$ و $Z=-4/377$) وجود دارد.

همچنین بر اساس تحلیل کوواریانس ANOVA در گروه آزمون از لحاظ کاهش علائم افسردگی ($P \leq 0.001$ و $F=22/732$) در مرحله پس آزمون و پیگیری، تفاوت های معنی داری وجود دارد که این تفاوت ها در گروه شاهد مشاهده نشد.

نتیجه گیری: بر اساس نتایج این پژوهش نشان داده شد که میانگین افسردگی زنان باردار گروه آزمون ، که از مشاوره گروهی درمان شناختی رفتاری استفاده کردند، به طور معناداری کمتر از میانگین افسردگی گروه کنترل بود. بنابراین می توان نتیجه گیری کرد که مشاوره به روش درمان شناختی رفتاری گروهی، افسردگی زنان باردار را کاهش داده است. همچنین با توجه به کاهش قابل توجه و معنادار نمره سومین تست بک در گروه آزمون می توان به تداوم تاثیر مشاوره به روش درمان شناختی رفتاری بر افسردگی حین بارداری پی برد.

واژه های کلیدی: افسردگی ، درمان شناختی رفتاری ، گروه درمانی ، بارداری

The impact of cognitive behavioral counseling on depression during pregnancy

1: Jourabchi Z: Faculty Member, Assistant Professor, Nursing and Midwifery School, Qazvin University of Medical Sciences, Qazvin, Iran

2. Safaralinezhad A: MSc. Candidate of Midwifery counseling, Nursing and Midwifery School , Qazvin University of Medical Sciences, Qazvin, Iran

3. Oveisi S: Maternal and child health doctorate, Nursing and Midwifery School, Qazvin University of Medical Sciences, Qazvin, Iran

4. Sarichlu M: PhD in Psychology , School of Health, Qazvin University of Medical Sciences, Qazvin, Iran

Corresponding author: Safaralinezhad A, Nursing and Midwifery School, Qazvin University of Medical Sciences, Shahid Bahonar Blvr, Qazvin, Iran

Email: Atefealinezhad@yahoo.com

Abstract:

Introduction: Psychological problems are one of the challenges of modern societies. In recent years, especially mental health issues have attracted the attention of those involved in this field. Among psychological disorders, depression is the fourth major disorder in terms of burden of disease. Considering that depression can continue or intensify during pregnancy, this study aimed to investigate the effect of cognitive-behavioral group therapy on depression in pregnancy .

Research method: The study population of this clinical trial included 12-22 weeks pregnant women referred to Qazvin health centers who were recognized with mild to moderate depression (based on the Beck Depression Inventory), for the first time. 60 individuals were selected using convenience sampling method and were randomly divided into two groups of 30 subjects, including the test and the control groups. Subjects in the test group underwent 6 sessions of

group cognitive-behavioral therapy on a weekly basis, based on the brief guide to depression intervention provided by Iranian Ministry of Health and Medical Education; while the control group received no training. Immediately after the end of the course and two months later, the Beck test was performed on all subjects, as a post-test. Descriptive statistics, analysis of covariance and Mann-Whitney test were performed using SPSS 23 to analyze data

Findings: The results of Mann-Whitney test revealed significant differences between the test and control groups at the post-test ($P = 0.001$ and $Z = -3.371$) and follow up ($P \leq 0.001$ and $Z = -4.377$) stages. In addition, based on the multivariate analysis of covariance, there were significant differences in the test group, in terms of reduced depression symptoms ($P \leq 0.001$ and $F = 22.732$) in the post-test and follow up stages. Such differences were not observed in the control group

Conclusion: It seems that the group cognitive-behavioral therapy can effectively improve depression levels in pregnant women

Keywords: depression, cognitive-behavioral therapy, group therapy, pregnancy